
职业生涯规划

工作坊

一、课程背景：

在这样一个快速发展的时代，我们还需要职业生涯规划吗？

职业生涯规划的本质是什么？

怎样才能做好职业生涯规划呢？

社会学家预测，未来 10-30 年将有 47%-78% 的职业消失，比如会计、司机、
律师、医生、程序员、售货员……，而你的职业是否会被人工智能替代呢？

我们相信一份高质量的职业生涯规划会帮助你决胜未来，实现职业巅峰！在本
课程里，你将学习到相关必要的知识和技能，并制作一份属于你的职业生
涯规划。

二、针对学员：职场新人

三、培训周期：1 天

四、课程收益：

- 1、 使学员对职业的本质有深刻的理解，摆正心态；
 - 2、 帮助学员充分认知自我的天赋特质和倾向性能力优势；
 - 3、 让学员了解职业生涯规划的关键要素，相互关系，并使其转变单纯以兴
趣为导向的观念；
 - 4、 培养学员的情商，使其能够以积极的心态面对工作和同事；
-

5、 让学员现场制做属于自己的职业生涯规划。

五、课程优势：

- 1、通过教练技术帮助学员点燃内心职业梦想；
- 2、以工作坊的形式帮助学员制定有效的职业生涯规划；
- 3、具有前瞻性的探索，让学员了解未来职业发展趋势；

六、课程大纲

《职业生涯规划工作坊》

一、 关于职业的关键词（1小时，案例与解析）

- 1、职业与事业（“爱一行，干一行”与“干一行，爱一行”）
- 2、智商与情商（智商情商在职场与学校的差异）
- 3、价格与价值（先有稳定的价值贡献，才有与之匹配的薪酬和职位）
- 4、砖头与专家（砖头精神，10000小时专家理论）

二、 职业生涯规划（0.5小时，团队共创）

1. 什么是职业生涯规划
2. 为什么要做职业生涯规划
3. 怎么做职业生涯规划
4. 职业生涯规划要解决的三个核心问题
 - 1) 我是谁——自我认知（性格、能力、爱好）
 - 2) 我要到哪里去——清晰的职业目标（行业、职务、财富、成就、人脉…
…)
 - 3) 我怎么去——路径、行动计划、具体方法和所需的资源

三、 职业生涯规划前提假设（1.5小时，讲授，案例与测评）

1、自我认知（认识自我的天赋特质）

- PDP 天赋特质解析
- 不同性格的职业倾向
- 测试你的性格倾向

2、能力认知（职场人士需要具备的核心能力）

- 职业操守
- 专业能力
- 交际能力
- 思维能力

3、职业规划三维矩阵（投入带来专业，专业带来兴趣）

- 兴趣+擅长+价值

四、 职业生涯规划工作坊（催化学员制定自己的职业生涯规划路线） -3 小时

1、职业生涯规划分享（邀请 2-3 位内部优秀员工分享，格式不限）

2、你的职业愿景（点燃内心对于未来职业愿景的热望）

3、愿景平衡轮（分析达成愿望需要的能力）

4、你的里程碑计划（制定实现职业愿景的里程碑计划）

5、你的承诺（做出怎样的承诺才能支撑愿景的实现）

五、 A&Q
